

Kraul Intensiv Kurs



29.07.24 – 03.08.24 Mo. – Fr.

5 Termine im Hiddeser Freibad
Anfänger: 17:15-18:00 Uhr
Fortgeschrittene: 18:00-18:45 Uhr

Kosten: 30€ zuzüglich Eintritt ins Freibad Hiddesen

Anmeldung unter 0160-7849814
Kursleitung: Heike Voigt für die Freibadinitiative Hiddesen e.V.

Wozu Kraul-Schwimmen lernen?

*Kraulschwimmen ist die schnellste Schwimmart
Kraulschwimmen stärkt alle Muskeln im Körper,
ist Rückenschonender als andere Schwimmarten*

Voraussetzung:

Anfänger: der Kopf muss ins Wasser...

Fortgeschrittene: min. 100m Kraul durchschwimmen

Der Kurs findet bei jedem Wetter statt.